喚醒社會人羣之迷津　COMMON KNOWLEDGE　指導一切實用之祕訣

常識

胡適題

第六十四期

（民國十七年七月六日）

每份售洋二分

（館址）上海南京路二十號

定報價目

每三日出一張本外埠五個月一元全年二元并贈報夾寄費在內國外定報照價加倍郵票代現九五計値

廣告價目

每期每格（共計五方寸）五元均排於新聞之旁如嵌入新聞中長期面議

本期目錄

牙齒科學
學生軍常識
痨病可醫
跳舞者似有癮
手帕易乾法
上海人之白相
求愛成功
封信法

學生軍常識（仲湘）

「服裝」　一正式軍人應有之服裝為槍一、子彈一百二十發、刺刀帆布囊糧食袋熱水瓶、絨、及雨衣各一

「練習」　練習為最要之事、在戰爭出發時、無論地濕或乾、有力或疲、飢或飽、皆應步行、甚至當日已走數十里之路程、一至戰場、立即俯而開槍、當時子彈之在汝身上橫飛、同伴之受傷或死在汝側、仍應如平日操時之瞄準而打、

「苦心練操」　（一）身上帶應有服裝而操、自晨至晚、不得休息、並能受餓與渴而無疲、（二）操後則留意了解命令、使命令一下、即能自然實行而無不整齊、（三）接戰時、不慌不忘、在槍林彈雨之下、瞄準而打、

以上之事、非於平時練習純熟不可、苟不能受以上之種種忍耐與痛苦、則不能成一正式之軍人、（劫酬）

牙齒科學

鴻雁女士

牙病之豫防
牙病之補救
洗牙　牙簽　咬硬物
塡補　裝鑲　拔病牙

齒牙居食道之首、咀嚼功能•為消化部之要器•人身之營養•端賴飲食•而食物必須咀嚼糜爛•乃易消化•故齒牙有患•消化失力•能致胃病•甚而累及眼紅頭痛•諸症•不特影響全體•且更與壽命有關係焉•

夫牙既如是重要•當寶貴之而勿輕忽•我國人對於齒牙衛生•向少注意•常見有人對於服飾居處飲食均極精美•獨對齒牙則竟毫無理會•以至臭垢滿積•污穢非常•腐敗不堪雖至痛苦•尤曰虛火小事•迨牙病日劇•不可收拾、然後思治•豈知已無及矣•故牙患一節或為間接•或為直接•輕者有害身體•重者可以致命•不可不慎•然則保齒元法為何•約言之•可分為二•

（一）（預防）　語云「與其已病而療治•何如防患於未萌」況牙齒健全•乃人生之幸福•其可忽哉•防患之法有數端焉•

（甲）（宜潔淨）　潔淨為防病之第一要義•人身潔淨•疾病不生•牙齒潔淨•牙患亦鮮•今試言牙垢之害•大凡食後•每有碎屑留存牙縫中•久之則發酵•此等腐物為微生蟲之好量食•亦即牙垢變石之資料也•試將腐物少許•以顯微鏡詳窺之•便見有無數微蟲•即害牙之毒菌•此菌能侵害牙肉血管。至成發炎腫痛•甚至將牙肉壓低•牙腳露出•症重者•牙腳流膿•傳染別牙•甚而全口牙搖動脫落•口氣惡•欲免此患•宜勤洗潔•牙齒白•不但美觀•且能防患•洗牙者•成人固當注意•即小孩亦不可忽•牙洗尤貴得法•應注意數事•

（一）（牙洗之法）　宜內外並擦•不祗徒擦面出外牙•宜上下直擦•不祗往復橫擦•宜勻力擦察•不宜猛力磨擦•務使全部內外上下面牙縫均得擦淨•

（二）（洗牙宜勤）　每早起及就寢前•必須洗擦一次•每餐後洗擦一次更佳•

中華郵政特准掛號認為新聞紙類

無線電之
勃郎喇叭
最佳因……
□最響亮
□最清楚
天和洋行總經理
南京路二十號一層樓

為本報信用通告

常識報出版信用與金錢之完全責任•概由兩報聯合擔保•定閱者與讀者可不必過慮•特此通告•

攝影畫報
康健報　同啓

一個女郎的懺悔語

朱廬

朦朧的月色、和着幾點殘星、照在一個寂寞的荒僻上、這時候正是夜闌人靜、除了這樹叶飄動聲、和這呼呼的風聲外、再也沒有別的聲音了、

這荒僻的四周、草木翳蔚、陰風可怖一個坟上、跪着一個美容女子、帶着嬌宛的嗓子、在那裏痛哭覺得十分悽愴並且如以前的是非只聽他哭道呀我的親愛的玉哥呀、我和你的愛情、真可謂達到沸點了•為什麼要離開呢•呀、親愛的玉哥哥呀、這也不是我的主意、因受了這魔鬼（拆白）的誘惑所以漸漸的同你疏忽了、這是何等可恐可嘆的事呀、因為初起我料他是一番真心那裏着得出他的破綻呢。過了一個月。他就同我提議婚事。並且時常向我借款。這時候我的父母、不允我們自由結婚。所以我也不去向父母要錢。從此他知道我錢也有限、以後他同我漸漸的疏忽了、此時我始知受騙、但懊悔亦已不及了、唉現在的社會上、好比是害人的陷阱、在這迷路上度生活、最可惡的可算是這輩拆白了、往往把一個好好的閨女、弄得墮落、哭到這裏益覺傷心起來、又嘆道、我現在傷心也無益了、只怪自已當時沒有貞節、想當初我和你在這光耀奪日音樂揚揚跳舞場上跳舞呀、看電影呀。看京戲呀。度那甜蜜的日子、現在聚會在那朦朧的月下呀、親愛的玉哥呀、你為什麼要自盡呢、你的死完全是我的罪過、現在我的心雖然是恢復了、但是你的人、不能復活了、我怎樣對得起你呢、並且怎樣有面目去見我的父母呢、唉我一失足已千古恨回頭已是百年身了、我活着還有什麼趣想呢、呀我的親愛的玉哥呀、我只得同你作再世的姻緣了、

稽、武俠、歷史、宮闈、及其餘一切、應有盡有、日新月異、無怪其能得社會人士歡迎之熱烈也、影戲院有卡爾登、夏令佩克、奧迪安、光陸、愛普廬、上海、北京、百星、中央、新中央等、最著名者也、

（一）嫖妓、

上海多富豪、其子弟暇時、多從友朋輩狎妓、貪一時之歡娛、致成終身殘廢者、余於各朋友中、屢有所聞、夫我輩青年、將來為國出力、為社會謀幸福、何以舍此寶貴之身體、且挾有用之金錢•擲諸虛牝•而不省•是猶自食酖藥而不自知也•顧吾輩青年•勿復為此惡習•從今後•有則改之•無則加勉。勿貽外人笑我為病夫也•

（一）賭博•

上海人極喜賭博•平日公餘課罷後•多從事於此•以為消遣•其賭之道甚多•如麻雀•挖花•紙牌•牌九•骰子等•不勝枚舉•近又有跑馬•跑狗•之設•上海人多樂此不疲•上海跑馬廳•有跑馬場•每年春秋二季•各大賽馬一次•每次轟動全城•大香賓票•且有供不應求之勢•其次如江灣跑馬場•引翔港跑馬場•每逢星期六及星期日。多有賽馬之舉•此上海人好賭之成績也•

（一）公園•

滬上公園極少•租界內之公園•從前不許華人進內遊玩•自今歲工部局華董提議力爭•故英美租界之公園•始於今夏陽歷六月一日開放•凡我華人可入內遊覽•惟稍加限制•故無論中西人士•進內一律購門票十銅元•另有每張售價洋一元•全年可用•較為便宜•今已開放者•有兆豐花園•在極司菲而路•近曹家渡•風景幽絕•外灘公園•地臨黃浦江外白大橋堍•風景亦甚佳•惟占地不多。虹口公園•在北四川路底•靶子場•圈內各種運動場俱備•本埠城南有半松園•入門券小洋兩角。園內假山弱水•頗有逸趣•春夏之日•紅男綠女•多來暢玩•滬西有徐園•亦須門票•其餘多為私家花園•如江灣葉氏花園•多為人工造成•莊嚴華麗。為全滬花園冠•哈同花園•宋公園等•須得主人允許•或得其主人卡片•始可進內參觀云•

華商三和公司啓事

本公司經營中外貿易進出口貨。已五年於茲。信用卓著。凡欲向英美法德定貨者。可至本公司接洽。尤為敏捷便利

定貨須知

□代辦郵購部　服務外埠顧客

□推廣部　有推銷出品之能力并代售貨品

補習鋼琴

由女子教授（男子不收）

□時髦女子不可不學　琴費每月僅收數元

女生於暑假期中對於鋼琴尤宜補習。否則**前功廢俱**來校或造府教授均可。願補習者請向北四川路橫濱橋西崇福里二三三號鋼琴補習學校接洽可也

(三)(牙刷之選擇) 牙部有高低・牙床本灣形・故牙刷宜用灣形長短毛・不宜用直形平毛・毛性宜軟硬適中・不宜過硬・至擦傷牙磁・

(四)(材料之選擇) 當用優等製・含有消毒性之牙粉・牙水・牙膏・牙肥等・最忌粗劣・

(五)(牙簽與絲線) 細屑藏在牙縫中・牙刷不能刷除時・可用牙簽剔去之・惟牙簽宜用細軟・愼勿剔破牙肉・或以絲線放入牙縫一拉・亦可排去縫中物・

(乙)(宜愼用) 爛牙之緣故許多・然亦有一份關乎不愼用・至損害牙外衣(即牙磁)而至者・下列二事・均爲普通人最易犯者・

(一)(飮食冷熱不適當) 牙之本體・熱度常在攝氏熱度表九十八度半・若飮食過冷・則牙之體必縮而裂・過熱必漲而裂・因牙磁本質甚脆・過熱過冷皆易破裂也・

(二)(强咬硬物) 凡食肉不宜咬骨・食果不能咬核・食物中最忌有砂・因咬裂磁質・其牙日久必蛀爛・宜時時愼之・他如縛物・常以牙齒斷繩・或婦女縫衣・以牙斷線等・均屬牙壞・宜戒之・

(丙)(防傳染) 苟與患牙膿毒症者共箸而食・或用他人已用過之牙刷・均易罹傳染同等之患・更恐附帶肺病梅毒等症危險萬分・或求治於江湖之流・以未經施行理化手續完全消毒之器械・用諸口內・尤易傳染・幸勿輕試・

(丁)(勿嗜酒) 酒能吸收細胞水份・ 至今牙肉收縮凡嗜酒之人・至老年時・牙肉收縮・牙脚露出・不待蛀爛・而自脫落・

(戊)(勤檢查) 每年一次・或二次・到牙醫處檢查・如有應注意之處・立予應行之手續・

(二)(補救) 往昔牙科界不甚發達・ 對於患牙齒補救無方祇有拔除一法・今也不然・牙科發明殊多・手術則日漸精妙牙於藥物則愈出新奇・器械則無不用電・手術不能施用時電機能之・藥物無靈時・電力輔助之・診查疑難時・電流斷定之・其進步之速・眞有不可思議者・故今之對於牙患・多能救治・患則醫之・爛則補之。醫補無術者然後拔之・落則鑲之。多主張保全・而不主張破壞約分言之・

(甲)(醫療) 請先言其蛀爛之階級・而後言醫補之法・牙之體質分四合組織而成・外爲牙磁・中爲牙骨・骨外層爲牙衣膜・內爲神經・

凡牙破爛時・尙淺而未痛者・是爲第一級・牙磁先破冷熱微痛者・爲第二級・爛到牙骨・飮食刺痛者・爲第三級・爛到神經・發現濃泡・或顯腫狀者爲第四級・神經化腐・或牙衣膜化膿・在第一二級時期從速治療消毒塡補尙能保全其本來之康健至三級時期・則神經已在危險地位・恐要抽出・然仍可治療塡補・不過此牙已失其營養之大半矣・然亦可保留多年咀嚼如常・迨至第四級時期・則治療較難・此時非爲單獨牙病・且已累別部矣・輕則仍有保留之望・重則牙須拔去・倘至第四期以後・仍不施行適當之治療・則患恐將加劇・穿腮骨腐膿毒入血・危及生命・其害有如此者・

醫療手續頗多・然不外止痛・去腫・排濃・防腐・制止蔓延諸法以恢復其本來之康健爲目的・

(乙)(塡補) 補牙之法・分塡充與鑄補・

塡充法多用磁質・或白金黃金等化合物・以塡塞之・鑄補法多用黃金輕銀或銀等・要之皆以恢復牙之形體爲目的・

(丙)(裝鑲) 牙既脫落・對于醫補當無問題・惟有鑲復以補其缺・牙既脫落而不鑲復・則相對之牙・失其助力・遂無咀嚼功能・傍牙以不幷排而而立、日久必向空位處傾斜・牽動全口牙移動其位置・咬合不正・至咀嚼不能收美滿之効・故牙拔去・宜鑲復之・以恢復其應有之數目・即所以恢復其咀嚼功能・常人每多不擦・爛則聽之・痛則拔之・拔則置之。如此未免犧牲太大矣・設有眼痛者則挖去其眼・指痛者削去其指・人必謂爲至愚・齒牙與康健之關係既如上述・倘能防患有方・不致損壞以終天年・固人生之大幸・倘不幸而至損壞。則當急圖補救之法・勿効挖眼削指之愚・作過量之犧牲・諸君愛衞生者・以爲然否・

(丙等獎)

跳舞者似有癮

鶴齡

余友姚君・家小康・醉心跳舞每夜必往・苟有事羈身・則心神恍惚・余怪而問之曰・跳舞有何興趣令人顚倒如此之甚耶・答曰・跳舞能以人生之煩惱拋於九霄雲外・且擁抱美女於懷中・安能不顚倒耶・惟出場門・則精力竭矣・錢財空矣・種種煩惱・滿佈腦中・較前益甚・後悔無及・且此行亦如鴉片煙等・似有癮者・雖欲痛加戒絕・然不數日又周旋於其內。令人失足其間・莫能自拔・甚矣・跳舞之蠱人・爲人父兄者・宜乎斷然禁其子弟涉足其間也・

去嘰嗶上污漬

嗶嘰的衣服上、發見了油漬似的污漬、我們往往以爲是油漬、用阿司林來揩洗、但是終歸無效、要知道這並不是油漬、乃是水漬、水漬怎麼像油漬樣的呢、因爲嗶嘰上潑着了水和塵垢、乾了後就像油漬、現在有一很簡便的方法來去掉他就有用溼布一方、覆在有污漬處、再用熱熨斗壓在溼布上、不一刻、污漬就消形滅跡了、

癆界福音 **癆病可醫**

恩嘉羅波藥料・乃產自南非洲一種特產植物藥材・並非毒藥・對於癆病可根本解決・專殺癆菌・不治他症・屢試屢驗・曾經英國著名化學師霍爾茂等細詳化驗・呈請英國高等審判廳查核存案・同時並經多數名醫及曾服此藥而告痊癒者・剴廳證明・可見此藥之功效・凡患癆病者・須先將病狀書明・然後按其病輕重・照配恩嘉羅波藥粉・依法服之・便可霍然・誠治癆之唯一良藥・每盒藥粉裝有六十小管・足供一月之用・價目 每盒 甲種十二元 乙種十八元 丙種念四元(十二)

林季建業公司啓
上海南京路二十號

準每逢星期六出版
從未脫期信用卓著
可供參攷宗旨純正

圖文雙絕 印刷驚人 **攝影畫報** 上海南京路二十號

名醫主持 篇幅偉大 **康健報** 上海四馬路四八號

全年報費 二元半　二元

主幹 林澤蒼
編輯部 編輯
中醫 丁仲英 陳存仁 編輯

攝影康健常識三報合定共洋五元國外加倍并贈三報報夾

函附郵費三分即贈樣張及種種折扣優待券

手帕易乾法

吾人之手帕、亦一重要日用品也、而於夏日尤關緊要、但頗易污垢、倘洗滌待用、則非半小時不可、之苦、今余有一法可在五分鐘即乾、不敢自私、特錄之以實常識、

法以洗清之手帕、絞過後再裹於乾布內、絞成之爲二三轉、則手帕已大半乾矣、取出再以兩手用力一揮、約五五分鐘可乾而用之、諸君、不妨一試、以證其實、 (倪善鶴) (不受酬)

上海人之白相

蔡子光

上海爲華洋雜處、上海人之職業、多在洋行、銀行、公司、以及國家設立之機關、如海關、郵局鐵路、電報局等處是也、年中頗多休假之日、而上海人於假日、必多方設法以如何消遣其快樂之假日、鄙人久居滬上、頗知上海人游玩之心理、茲舉數端、投諸常識報、或於初來上海者可得知休假日之消遣法也、

上海雖爲繁華之地、然乏山明水秀、雖有黃浦之水、而爲商業進出口之重要地、且時有風浪之險、既不能賣舟蕩漾乎中流、又無名勝之地、以爲游覽及休憩之所、故上海人之消遣於本埠者、多爲人工所造成者也、

(一)游戲場、 十餘年前、上海游戲界、無甚發展、自游戲場成立後、凡各種遊戲、收羅入幕、以供遊客之覽賞、遊戲界之流行於海上者、實賴遊戲場爲之提倡也、場內有京劇、新劇、電影、灘簧、大鼓、武術、戲法、跑冰跑驟等玩、並中西飲食、應有盡有、入場劵甚廉、而多不堪閱目者、然亦有一二精彩者、未可一概論也、其著者、爲大世界、天韻樓、先施樂園、新新屋頂花園、神仙世界等是也、

(一)京戲、 京戲占上海遊戲界一大部份、名角多從京津禮聘來申、近數年來、上海人多喜觀長本新劇、編劇者、爲近合社會人心理、多編本戲、故有時一本戲演至一月有餘而仍賣座不衰者、如貍猫換太子、漢光武復國走南陽等本戲是也、海上京戲院、有天蟾舞臺、大舞臺、丹桂第一臺、上海舞臺、共舞臺、更新舞臺等、最著名者也、

(一)新劇、 上海之新劇、僅有笑舞臺一家、其餘多不能自立不得不依遊戲場而設立、然慫意新劇、最能感動人・及與人以深省、深願國人有以提倡之、

(一)粵劇、 粵劇亦只有閘北虯江路廣舞臺一家、且時有時無、因其來自粵東、且唱做只有粵人能識、而因陋就簡、未肯革新、故不能振興、

(一)崑曲、 崑曲前在徐一家、現且無聞矣、

(一)電影、 電影現爲上海人最歡迎、因其省時而價廉、且多時鮮事情、如各國新聞、教育新聞、社會情狀、以及愛情、哀情、豔情、奇情、言情、偵探、滑

求愛成功

應迎合女子心理

愛情雖重精神・惟隨時仍須以物質助其成功・投桃報李・益能增加情感之熱度・雖然在未到訂婚期・切不可以珠寶首飾等貴重物品贈與心愛之女子・以免種種後來之不便・須知女子好裝飾・愛閱刊物・男子宜體貼而迎合其所好・以博歡心・若至南京路二十號華商三和公司選購法國各種上等化裝品・如胭脂水・香粉・美容黑痣等・最受女子之歡迎・或向南京路二十號定購『攝影畫報』全年(現特價二元郵費在內外埠有首創精美之『報夾』燙有金字者奉贈)・蓋該報宗旨純正・印刷由外國技師担任・趨重女界消息也・如力之所及・則合定康健・攝影・及常識三報・(全年僅合收五元・兼送三付報夾)以贈意中人、必受歡迎・男子能迎合女子心理・則情場凱旋・易如反掌・

(三)

封信法

封信之時、若無漿糊或膠水、則感不便、乃有一法、祇以肥皂蘸水、在信口上磨而封之、封後甚爲牢固、若是信屬於愛情者、可用香肥皂施行、雖隔多日、香氣仍不少減、 (偷瓊)